

KNOWLEDGE RELATIONSHIP WITH MOTHER OF CONDUCT GIVING FOOD COACH ASI (MP-ASI) IN THE VILLAGE KEMUNING, NGARGOYOSO, KARANGANYAR

Chintami Permatasari, Rina Sri Widayati

Aisyiyah Health College of Surakarta

rinasriwidayati@yahoo.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) adalah makanan atau minuman selain ASI yang mengandung nutrisi yang diberikan kepada bayi selama periode pemberian makanan peralihan yaitu pada saat makanan atau minuman lain diberikan bersama pemberian ASI. Studi pendahuluan yang dilakukan di Desa Kemuning, Ngargoyoso didapatkan hasil 70% ibu telah memberikan MP-ASI sebelum bayi berusia 6 bulan dan 30% ibu yang memberikan MP-ASI tepat pada waktunya. Dari 70% ibu yang memberikan MP-ASI sebelum usia 6 bulan mempunyai pengetahuan yang kurang mengenai pemberian MP-ASI. **Tujuan :** Mengetahui hubungan antara pengetahuan ibu dengan perilaku pemberian MP-ASI. **Metode :** Penelitian observasional analitik dengan rancangan cross sectional. Subjek penelitian ini adalah ibu yang mempunyai bayi usia 0-12 bulan yaitu sebanyak 76 responden dengan teknik pengambilan sampel menggunakan aksidental sampling. Analisa data yang digunakan adalah Spearman Rank. **Hasil :** Sebagian besar pengetahuan ibu tentang MP-ASI rendah (69,7%) dan sebagian besar perilaku pemberian MP-ASI kurang (78,9%). Hasil uji Spearman Rank didapatkan nilai $Z_{hitung} > Z_{tabel}$ ($9,13 > 1,96$) dengan p value 0,336 sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. **Simpulan :** Ada hubungan antara pengetahuan ibu dengan perilaku pemberian MP-ASI.

Kata kunci : Pengetahuan, Perilaku, MP-ASI

ABSTRACT

Background : Food Companion mother's milk (breast milk) is a food or drink other than breast milk contains nutrients given to infant feeding during the period of transition, namely when food or drink is supplied with breastfeeding. Preliminary studies conducted in Desa Kemuning, Ngargoyoso showed 70% of mothers have give breast milk before the baby is 6 months old and 30% of mothers who give complementary feeding on time. 70% of mothers who breast milk before the age of 6 months had less knowledge about the provision of complementary feeding. **Objective :** To determine the relationship between the mother's knowledge by giving complementary feeding behavior. **Methods :** The study was observational analytic with cross sectional design. The subjects were mothers of infants aged 0-12 months as many as 76 respondents with a sampling technique uses accidental sampling. Data analysis used was Spearman Rank. **Results :** Most of the mothers' knowledge of breast milk is low (69.7%) and the majority of the provision of complementary feeding behavior less (78.9%). Spearman Rank test result values obtained $Z_{hitung} > Z_{tabel}$ ($9.13 > 1.96$) p value 0.336 so that H_0 refused and H_a accepted. **Conclusion :** There is a relationship between the mother's knowledge by giving complementary feeding behavior.

Keyword : Knowledge, Behavior, MP-ASI

A. PENDAHULUAN

LATAR BELAKANG

Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) adalah makanan atau minuman selain ASI yang mengandung nutrient yang diberikan kepada bayi selama periode pemberian makanan peralihan (*complementary feeding*) yaitu pada saat makanan/ minuman lain diberikan bersama pemberian ASI, (WHO, 2009, dalam IDAI, 2010: 269). Periode peralihan dari ASI eksklusif ke makanan keluarga dikenal pula sebagai masa penyapihan (*weaning*). Masa beralihan ini berlangsung antara 6 sampai 23 bulan merupakan masa rawan pertumbuhan anak karena ini awal terjadinya malnutrisi yang berlanjut dan berkontribusi pada tingginya prevalensi malnutrisi anak balita (Suradi, 2010: 267)

Apabila bayi mendapatkan makanan pendamping selain ASI (MP-ASI) terlalu dini (sebelum usia 6 bulan) akan meningkatkan resiko penyakit diare serta infeksi lainnya. Sama halnya jika makanan pendamping diberikan terlambat (melewati usia 6 bulan) maka bayi akan mengalami kekurangan zat gizi terutama energy protein dan zat besi (Sulistyoningsih, 2011: 164-166).

Meningkatnya faktor resiko yang disebabkan oleh pemberian MP-ASI yang tidak tepat dipengaruhi adanya pengetahuan. Dalam masyarakat masih sering ditemui ibu yang tinggal dilingkungan yang menganggap pemberian makanan pada bayi secara dini adalah hal yang wajar. Pengetahuan tentang MP-ASI dapat mempengaruhi dalam

pemberian MP-ASI, sehingga apabila perilaku ibu didasari pengetahuan dan kesadaran tentang ketepatan dan cara pemberian MP-ASI yang benar maka perilaku dalam pemberian MP-ASI akan bersifat langgeng atau berkesinambungan, dan pada akhirnya ibu dapat memberikan MP-ASI tepat waktu (Aimi, 2008: 43).

Berdasarkan studi pendahuluan terhadap 10 ibu yang mempunyai bayi usia 0-12 bulan di Desa Kemuning, Ngargoyoso, Karanganyar, didapatkan hasil 70% ibu telah memberikan MP-ASI sebelum bayi berusia 6 bulan dan 30% ibu yang memberikan MP-ASI tepat pada waktunya. Dari 70% ibu yang memberikan MP-ASI sebelum usia 6 bulan mempunyai pengetahuan yang kurang mengenai pemberian MP-ASI.

Berdasarkan uraian diatas menunjukkan bahwa kurangnya pengetahuan ibu tentang MP-ASI dan perilaku pemberian MP-ASI sebelum bayi berusia 6 bulan yang melatar belakangi peneliti untuk mengetahui hubungan pengetahuan ibu dengan perilaku pemberian MP-ASI di Desa Kemuning, Ngargoyoso, Karanganyar.

B. METODE DAN BAHAN

Penelitian ini dilakukan di Desa Kemuning, Ngargoyoso, Karanganyar dan waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Mei 2015. Penelitian ini menggunakan penelitian observasional analitik dengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang mempunyai bayi berusia 0-12 bulan sejumlah 95 responden yang dihitung

pada bulan Januari di Desa Kemuning, Ngarogoyoso, Karanganyar. Dengan kriteria inklusi: Ibu yang mempunyai bayi usia 0-12 bulan dan bersedia menjadi responden, ibu yang datang ke posyandu di desa Kemuning. Teknik sampling dengan teknik Kuota Sampling. Analisa data dalam penelitian ini menggunakan uji *koefisien korelasi Spearman Rank*. Dengan ketentuan bahwa Z hitung lebih besar dari Z tabel, hubungan signifikan (H_0 ditolak, H_a diterima). Bila Z hitung lebih kecil dari Z tabel, hubungan tidak signifikan H_0 diterima sedangkan H_a ditolak.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik umum responden

a. Pendidikan Ibu

Gambar 4.1

Karakteristik responden berdasarkan pendidikan ibu

Pendidikan	Frekuensi	Presentase
SD	8	10.5%
SMP	55	72.4%
SMA	9	11.8%
PT	4	5.3%
Total	76	100.0%

Berdasarkan gambar 4.1 diketahui sebagian besar responden berpendidikan SMP yaitu ada 55 orang (72,4%).

Gambar 4.1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan pendidikan SMP yaitu ada 55 orang (72,4%) dan sebagian kecil berpendidikan perguruan tinggi yaitu ada 4 orang (5,3%). Menurut Undang-Undang Republik Indonesia

Nomor 20 tahun 2014 menyatakan bahwa jenjang pendidikan formal terdiri atas pendidikan dasar (SD dan SMP), pendidikan menengah (SMA dan SMK), pendidikan tinggi (Perguruan Tinggi). Ikhsan (2005, dalam Caniago, 2013) mengemukakan bahwa tingkat pendidikan dalam kategori dasar itu sendiri adalah pendidikan yang mempersiapkan seseorang untuk memiliki pengetahuan dan kemampuan yang lebih baik sehingga dapat dikembangkan menuju tingkat menengah. Dalam kategori ini pengetahuan seseorang masih terbatas sehingga dapat mempengaruhi perilaku pemberian MP-ASI pada bayinya. Menurut Mubarak (2011: 83) pendidikan berarti bimbingan yang diberikan seseorang kepada orang lain agar dapat memahami sesuatu hal. Peneliti menyimpulkan bahwa semakin tinggi pendidikan seseorang, semakin mudah pula mereka menerima informasi, dan pada akhirnya pengetahuan yang dimilikinya akan semakin banyak. Sebaliknya, jika seseorang memiliki tingkat pendidikan yang rendah, maka akan menghambat perkembangan sikap orang tersebut terhadap penerimaan informasi dan nilai-nilai yang baru diperkenalkan.

b. Pekerjaan Ibu

Gambar 4.2

Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan ibu

Pekerjaan	Frekuensi	presentase
IRT	55	72.4%
Swasta	15	19.7%
PNS	2	2.6%
Lain-lain	4	5.3%
Total	76	100.0%

Berdasarkan gambar 4.2 diketahui bahwa sebagian besar bekerja sebagai IRT yaitu ada 55 orang (72,4%).

Gambar 4.2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden bekerja sebagai IRT yaitu ada 55 orang (72,4%) dan sebagian kecil bekerja sebagai PNS yaitu ada 2 orang (19,7%). Data tersebut menunjukkan mayoritas ibu sebagai ibu rumah tangga yang lebih banyak menghabiskan waktunya di rumah dan bersosialisasi dengan tetangga. Sehingga ibu mudah terpengaruhi oleh orang disekitar untuk memberikan MP-ASI lebih dini. Menurut Mubarak (2011: 83-84) lingkungan pekerjaan dapat menjadikan seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun tidak langsung. Tetapi dalam penelitian ini mayoritas ibu berpotensi sebagai ibu rumah tangga dan tidak mendukung teori Mubarak tersebut. Data tersebut mendukung teori menurut Murnani (2011) mayoritas responden bekerja sebagai ibu rumah tangga, ini berarti responden memiliki ketersediaan waktu yang lebih banyak untuk meningkatkan

pengetahuan mengenai MP-ASI dan mengaplikasikannya pada pelaksanaan pemberian MP-ASI. Responden memiliki ketersediaan waktu yang lebih banyak untuk memperhatikan berbagai informasi tentang MP-ASI. Peneliti menyimpulkan ibu yang tidak bekerja tentunya akan lebih dapat memperhatikan kebutuhan asupan gizi keluarga, akan tetapi dikarenakan rendahnya pemahaman ibu yang tidak bekerja atau sebagai ibu rumah tangga cenderung kurang terpapar dengan informasi tentang pemberian ASI secara eksklusif dan pemberian MP-ASI secara tepat. Sedangkan ibu yang bekerja diluar rumah memiliki akses yang lebih baik terhadap berbagai informasi, termasuk mendapatkan informasi tentang pemberian MP-ASI, sehingga ibu yang tidak bekerja lebih mudah tertarik memberikan susu formula ataupun memberikan MP-ASI dini kepada bayinya.

c. Informasi

Gambar 4.3

Karakteristik responden berdasarkan informasi

Informasi	Frekuensi	Presentase
Tidak	48	63.2%
Ya	28	36.8%
Total	76	100.0

Berdasarkan gambar 4.3 menunjukkan sebagian besar responden tidak mendapat informasi tentang MP-ASI yaitu ada 48 orang (63,2

Gambar 4.3 menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak mendapat informasi tentang MP-ASI yaitu ada 48 orang (63,2%) dan sebagian kecil mendapat informasi yaitu ada 28 orang (36,8%). Menurut Mubarak (2011: 83-84) informasi adalah kemudahan untuk memperoleh suatu informasi dapat mempercepat seseorang memperoleh pengetahuan yang baru. Peneliti menyimpulkan bahwa rendahnya pengetahuan ibu dapat disebabkan karena kurangnya informasi, dan lokasi penelitian ini berada di desa sehingga informasi tentang MP-ASI terbatas. Kebanyakan masyarakat mendapatkan informasi dari bidan desa atau petugas kesehatan di posyandu tetapi mereka lebih mempercayai budaya dari leluhurnya bahwa memberikan MP-ASI sebelum usia 6 bulan tidak masalah, karena orang-orang dahulu juga memberikan MP-ASI sebelum usia 6 bulan bahkan ada yang memberikan lumutan pisang ketika bayi berusia 1 minggu dan tidak terjadi apa-apa.

d. Pengetahuan Ibu

Gambar 4.4

Karakteristik responden berdasarkan pengetahuan ibu

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
Rendah	53	69.7%
Sedang	21	27.6%
Tinggi	2	2.6%
Total	76	100.0%

Berdasarkan gambar 4.4 menunjukkan

bahwa sebagian besar berpengetahuan rendah yaitu ada 53 orang (69,7%).

Gambar 4.4 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berpengetahuan rendah yaitu ada 53 orang (69,7%) dan sebagian kecil berpengetahuan tinggi yaitu ada 2 orang (2,6%). Menurut Fitriani (2011: 129) pengetahuan adalah hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Peneliti menyimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat pengetahuan ibu maka semakin tepat usia pemberian MP-ASI kepada bayi dan sebaliknya, semakin rendah tingkat pengetahuan ibu maka semakin dini usia pemberian MP-ASI.

e. Perilaku Ibu

Gambar 4.5

Karakteristik responden berdasarkan perilaku Ibu

Pemberian MPASI	Frekuensi	Persentase
Kurang	60	78.9%
Cukup	14	18.4%
Baik	2	2.6%
Total	76	100.0%

Berdasarkan gambar 4.5 menunjukkan bahwa sebagian besar responden dalam pemberian MP-ASI berperilaku kurang yaitu ada 60 orang (78,9%).

Gambar 4.5 diketahui bahwa sebagian besar responden dalam pemberian MP-ASI berperilaku kurang yaitu ada 60 orang (78,9%) dan sebagian kecil berperilaku baik

yaitu ada 2 orang (2,6%). Menurut Skinner (1938) dalam Mubarak (2011:79), perilaku merupakan hasil hubungan antara rangsangan (*stimulus*) dan tanggapan (*respons*). Peneliti menyimpulkan bahwa pengetahuan yang tinggi tentu akan berdampak pada

perilaku yang baik, rendah pengetahuan maka perilaku akan kurang. Hal ini dapat saja disebabkan oleh berbagai faktor yang mempengaruhi perilaku ibu dalam pemberian MP-ASI seperti umur, pekerjaan, pendidikan, ekonomi, dan pengalaman melahirkan.

2. Analisis Hubungan Pengetahuan Ibu Dengan Perilaku Pemberian MP-ASI

Pengetahuan	Pemberian MPASI			Total			
	Kurang	Cukup	Baik		r	p	Z _{hitung}
Rendah	46	7	0	53	0,336	0,003	9.13
	86.8%	13.2%	0.0%	100%			
Sedang	14	7	0	21			
	66.7%	33.3%	0.0%	100%			
Tinggi	0	0	2	2			
	0.0%	0.0%	100%	100%			

Berdasarkan tabel 4.1 dapat diketahui pengetahuan ibu tentang MP-ASI dengan perilaku ibu dalam pemberian MP-ASI di Desa Kemuning, Ngargoyoso, Karanganyar sebagai berikut:

- Responden dengan pengetahuan rendah yang mempunyai perilaku kurang terdapat 46 responden (60.5%), perilaku cukup terdapat 7 responden (9.2%) dan perilaku baik terdapat 0 responden (0%) dari total responden dengan pengetahuan rendah 53 responden (69.7%).
- Responden dengan pengetahuan sedang yang mempunyai perilaku kurang terdapat 14 responden (18.4%), perilaku cukup terdapat 7 responden (9.2%) dan perilaku baik terdapat 0 responden (0%) dari total responden dengan pengetahuan sedang 21 responden (27.6%).

- Responden dengan pengetahuan tinggi yang mempunyai perilaku kurang terdapat 0 responden (0%), perilaku cukup terdapat 0 responden (0%) dan perilaku baik terdapat 2 responden (2.6%) dari total responden dengan pengetahuan tinggi 2 responden (2.6%). Dengan demikian dapat diketahui bahwa semakin tinggi pengetahuan ibu maka akan semakin baik perilaku ibu dalam pemberian MP-ASI. Sedangkan responden dengan pengetahuan rendah akan cenderung perilaku pemberian MP-ASI dalam kategori kurang

Berdasarkan hasil analisis statistic dengan *Spearman Rank* diketahui bahwa nilai $Z_{hitung} > Z_{tabel}$ atau nilai $p=0,003$ ($p<0,05$) yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima, jadi ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu dengan perilaku pemberian MP-ASI. Nilai

koeffisien korelasi *Spearman Rank*=0,336, artinya bahwa tingkat hubungan tersebut dalam kategori rendah.

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4.1 didapatkan hasil bahwa tingkat pengetahuan ibu berhubungan dengan perilaku pemberian MP-ASI dimana diketahui bahwa nilai $Z_{hitung} > Z_{tabel}$ atau nilai $p=0,003$ ($p<0,05$) sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima, jadi ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu dengan perilaku pemberian MP-ASI. Koeffisien korelasi mendapatkan nilai 0,336, artinya bahwa hubungan tersebut dalam kategori rendah.

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindra manusia, yaitu indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Fitriani 2011: 129). Berdasarkan teori dalam Mubarak (2011: 83-84) perilaku merupakan seperangkat perbuatan/tindakan seseorang dalam melakukan respons terhadap sesuatu dan kemudian dijadikan kebiasaan karena adanya nilai yang diyakini. Hal ini sesuai dengan pernyataan Notoatmodjo (2007:54) yang menyebutkan bahwa terbentuknya suatu perilaku baru terutama pada orang dewasa dimulai pada stimulus yang berupa materi. Stimulus yang berupa materi akan menimbulkan pengetahuan baru dan selanjutnya menimbulkan respon berupa

tindakan terhadap stimulus. Jadi semakin tinggi pengetahuan ibu maka semakin baik pula perilaku ibu memberikan MP-ASI kepada anaknya.

Ibu yang berpengetahuan tinggi pasti mengetahui bagaimana MP-ASI harus diberikan maka ia akan berperilaku yang benar, misal jika ibu tahu tidak boleh memberikan makanan pada bayi berusia 0-6 bulan dimana ibu tahu akan bahaya memberikan makanan pada bayi saat usia 0-6 bulan maka ibu tidak akan memberikan makanan pada bayi usia 0-6 bulan dikarenakan belum siapnya pencernaan bayi pada usia tersebut sehingga dapat menyebabkan diare,sebelit/ konstipasi bahkan beresiko mengalami invaginasi usus yaitu keadaan dimana suatu segmen usus masuk kedalam bagian usus lainnya sehingga menimbulkan berbagai masalah kesehatan serius dan bila tidak segera ditangani dapat menyebabkan kematian.

Dalam penelitian ini diketahui bahwa hubungan antara tingkat pengetahuan ibu dengan perilaku pemberian MP-ASI dalam kategori rendah. Hal ini dimungkinkan karena bukan hanya tingkat pengetahuan saja yang mempengaruhi perilaku pemberian MP-ASI. Perilaku seseorang dipengaruhi oleh banyak faktor, seperti faktor predisposisi. Faktor ini mencakup tingkat pendidikan, tingkat social ekonomi, sikap masyarakat terhadap kesehatan, tradisi dan kepercayaan masyarakat terhadap hal-hal yang berkaitan dengan kesehatan.

Hasil penelitian ini mendukung penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh

1. Murnani (2011) bahwa pengetahuan mempengaruhi ketepatan waktu pemberian MP-ASI. Ibu dengan tingkat pengetahuan tinggi akan semakin baik perilaku pemberian MP-ASI.
2. Selain itu penelitian ini juga mendukung penelitian yang dilakukan oleh Septiningsih (2012) yang menjelaskan bahwa pengetahuan akan mempengaruhi perilaku dalam pemberian MP-ASI, sehingga ibu yang berpengetahuan sedang akan mempengaruhi perilaku yang cukup

begitu pula sebaliknya yang mempunyai pengetahuan rendah juga akan mempunyai perilaku yang kurang.

D. SIMPULAN

Mayoritas pengetahuan ibu dan perilaku ibu tentang MP-ASI di Desa Kemuning, Ngargoyoso, Karanganyar dalam kategori rendah dan kurang.

Diharapkan bidan dapat lebih aktif dalam melakukan penyuluhan dan pendidikan kesehatan kepada masyarakat mengenai pemberian MP-ASI yang tepat sehingga masyarakat dapat berperilaku baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Aimi. (2008). *Segala sesuatu yang perlu Anda Tahu Soal Menyusui*. Jakarta: Buah Hati.
- Arikunto, S. (2009). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2007). *Metode Penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Fitriani, S. (2011). *Promosi Kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Hidayat, A. A. (2010). *Metode Penelitian Kesehatan*. Surabaya: Kelapa Pariwara.
- IDAI. (2010). *Indonesia Menyusui*. Jakarta: IDAI.
- Mahayu, P. (2014). *Imunisasi dan Nutrisi*. Yogyakarta: Buku Biru.
- Maryunani, A. (2010). *Ilmu Kesehatan Anak Dalam Kebidanan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Maulana, H. (2009). *Promosi Kesehatan*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Mubarok, W. I. (2011). *Promosi Kesehatan Untuk Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Murnani, S. (2011). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang MP-ASI dengan Perilaku Pemberian MP-ASI Dini di Desa Kadirejo Teras Boyolali*. Karya Tulis Ilmiah: DIII Kebidanan STIKES 'Aisyiyah Surakarta.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2008). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Septiningsih. (2012). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang MP-ASI dengan Perilaku Pemberian MP-ASI di Desa Purwosuman Sidoharjo Sragen*. Karya Tulis Ilmiah: DIII

Kebidanan STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. (2014). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.

Sulistyaningsih. (2011). *Gizi Untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Suradi, R., dkk. (2010). *Indonesia Menyusui*. Jakarta: IDAI.

Waryana. (2010). *Gizi Reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Rihama.